

Aronia, vedeta fructelor de sezon. Fructul-minune bogat în antioxidanți se vinde cu 20 de lei/kg la Mărăcineni

By Ana Vlad - 15/09/2026



Considerată unul dintre fructele cu un conținut ridicat de compuși antioxidanți, aronia atrage tot mai mult atenția. Fructele de aronia pot fi cumpărate în această perioadă de la [Institutul de Cercetare-Dezvoltare pentru Pomicultură din Mărăcineni](#), alături de mere, prune și pere. Prețul este de 20 de lei kilogramul. Iată de ce merită să incluzi aronia în alimentație și ce trebuie să știi despre consumul ei.



Dragi iubitori
ai fructelor,
în această perioadă,
la **magazinul institutului**
(com. Mărăcineni,
str. Mărului, nr.402)
puteți găsi la vânzare
fructe de sezon.

mere - 3 lei/kg

Golden, Jonathan, Gala, Jonaprince

prune - 3 lei/kg

pere - 7 lei/kg

aronia - 20 lei/kg

info: 0248 278 066

**Vă
așteptăm
cu drag!**

[Institutul de Cercetare – Dezvoltare pentru Pomicultură](#) anunță că în această perioadă cei interesați pot găsi la vânzare fructe de sezon la sediu nstituție din comuna Mărăcineni, strada Mărului, nr. 402.

Astfel, puteți cumpăra:

- mere (Golden, Jonathan, Gala, Jonaprince) – 3 lei/kg,
- prune – 3 lei.kg,
- pere – 7 lei/kg,
- aronia 20 lei/kg.

Mică, închisă la culoare și cu un gust ușor astringent, aronia este tot mai apreciată pentru conținutul său bogat în antocianine și polifenoli – compuși cu puternic rol antioxidant.

Consumul de aronia poate contribui la protejarea celulelor împotriva stresului oxidativ și poate susține sănătatea cardiovasculară. De asemenea, fibrele din fruct pot ajuta la menținerea unui tranzit intestinal normal, iar vitamina C și alți compuși bioactivi contribuie la funcționarea normală a organismului.

Cum poate fi consumată aronia?

Aronia poate fi consumată ca fruct proaspăt, suc, pulbere, ceai, sirop sau sub formă de suplimente alimentare. Sucul este adesea diluat, deoarece gustul fructului este intens și astringent.

Potrivit informațiilor publicate de [Regina Maria](#), sucul de aronia este una dintre formele cel mai des întâlnite de consum pentru persoanele care nu doresc să consume fructele proaspete. Pentru a beneficia de cât mai multe dintre proprietățile sale, este recomandat consumul de suc de aronia proaspăt. Acesta se consumă, de regulă, diluat, de exemplu, în proporție de o parte suc la 2-4 părți de apă sau ceai.

Potrivit aceleiași surse, cura recomandată este de 1-3 luni, cu un consum zilnic de 100 ml de suc diluat.

Există și contraindicații?

Da. Aronia nu este potrivită în orice situație. Potrivit celor de la reginamaria.ro, pot exista interacțiuni cu anumite medicamente, iar persoanele cu intoleranță la fructoză, femeile însărcinate sau cele care urmează tratamente medicamentoase ar trebui să ceară sfatul medicului înainte de consumul regulat sau administrarea suplimentelor.

Foto descriptiv. Sursă foto: Institutul de Cercetare-Dezvoltare pentru Pomicultură din Mărăcineni

Original article:

<https://anchetaonline.ro/aronia-vedeta-fructelor-de-sezon-343294/>